

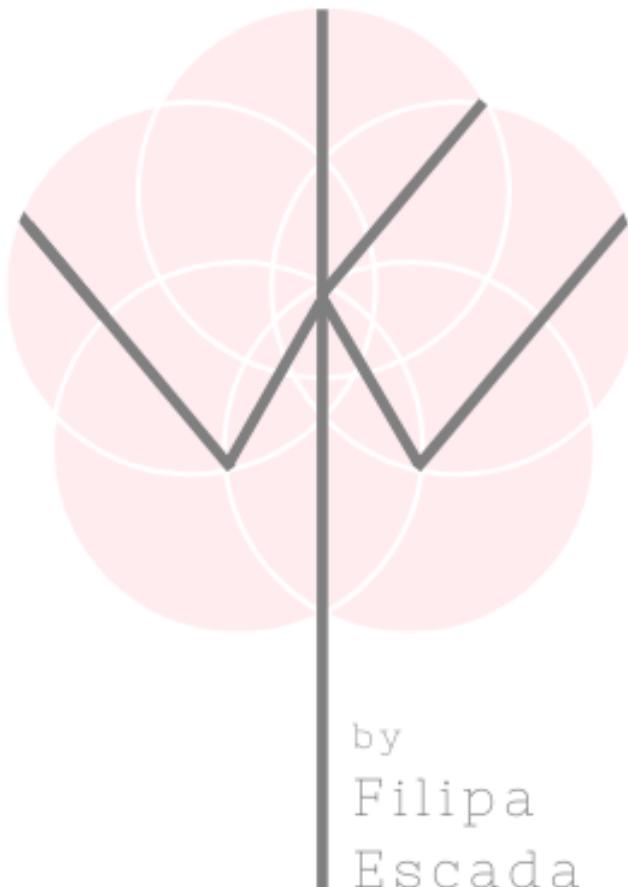
O PAPEL DO INSCONSCIENTE

Autoras:

Bruna Magalhães, Beatriz Almeida e Sofia Gomes

No âmbito da disciplina de:

Psicologia



Bibliografia:

- <http://psicob.blogspot.pt/2008/04/freud-e-o-inconsciente.html>
- <http://psicoativo.com/2015/11/o-que-e-libido-definicao-libido-freud.html>
- <http://psicoativo.com/2016/07/piadas-de-psicanalistas-piadas-de-psicanalise.html>
- <http://www.psicologiamsn.com/2014/07/como-interpretar-os-sonhos-segundo-freud.html>

BIOGRAFIA

Sigmund Schlomo Freud, mais conhecido por Sigmund Freud, nasceu a 6 de maio de 1856, no seio de uma família judia, na Morávia (atual República Checa). Mudou-se para Viena em 1860, quando tinha quatro anos de idade, por causa de problemas quer de foro financeiro quer de saúde, por parte da família.

Foi muito bom aluno na escola, tendo ingressado na [Universidade de Viena](#), em 1873, aos 17 anos, no curso de Medicina, apesar de inicialmente planejar estudar direito. (Naquela altura, estes dois cursos eram as únicas opções viáveis para homens judeus em Viena).

Os primeiros anos de Freud são pouco conhecidos, já que ele destruiu a maioria dos seus escritos pessoais. Os que ficaram foram protegidos cuidadosamente nos Arquivos de Sigmund Freud, aos quais só tinham acesso Ernest Jones e uns poucos membros do círculo da psicanálise.

Os estudos na universidade tomaram-lhe inesperadamente bastante tempo até a graduação, em 1881.¹ Em lugar dos estudos, ele dedicava-se à pesquisa científica, inicialmente pelos estudos dos órgãos sexuais de enguias — um estranho, mas interessante presságio das teorias psicanalíticas que estariam por vir vinte anos mais tarde. De acordo com os registros, Freud completa tal estudo satisfatoriamente, mas sem distinção especial.

Em 1877, desapontado com os resultados e talvez menos excitado em enfrentar mais dissecações de enguias, Freud vai ao laboratório de Ernst Brücke, que se tornou o seu principal modelo de ciência. Com Brücke, Freud entrou em contato com a **neurologia** (é a especialidade médica que trata dos distúrbios estruturais do sistema nervoso). De entre as atribuições de Freud, nesta época, estavam o estudo da anatomia do cérebro humano. Durante os estudos, identificou várias semelhanças entre a estrutura cerebral humana e a de répteis, o que o remete ao então recente estudo de Charles Darwin sobre a evolução das espécies e à discussão da "superioridade" dos seres humanos sobre outras espécies.)

Foi então que conheceu Martha Bernays, que viria a tornar-se sua mulher (em setembro de 1886) e mãe dos seus 6 filhos. O seu desejo de desposar Martha, fê-lo abandonar o laboratório e seguir medicina privada no Hospital Geral, o principal hospital de Viena, passando por vários departamentos do mesmo.

Depois de algumas desilusões com o estudo dos efeitos terapêuticos da cocaína, com inclusive um episódio de morte por *overdose* de um amigo, Freud recebeu uma licença e viajou para França, onde trabalhou com Jean-Martin Charcot, um respeitado neurologista do hospital Salpêtrière que estudava histeria.

Um outro grande amigo de Freud, que tratava de pacientes com histeria, foi Josef Breuer, através da hipnose e encorajando-os a falar do passado. Foi, inclusivé, co-autor de "Estudos sobre Histeria" com ele. Foi com as discussões de casos clínicos com Breuer que surgiram as ideias que culminaram com a publicação dos primeiros artigos sobre a psicanálise. O primeiro caso clínico relatado deve-se a Breuer e descreve o tratamento dado a uma paciente (Bertha Pappenheim, chamada de "Anna O." no livro), que demonstrava vários sintomas clássicos de histeria. O método de tratamento consistia naquilo que ela própria chamava de "cura pela fala" (técnica conhecida como ASSOCIAÇÃO LIVRE, que falaremos mais adiante)

Em 1886, de volta ao Hospital Geral em Viena, e entusiasmado pelos estudos de Charcot, Freud passou a atender, principalmente, jovens senhoras judias que sofriam de neurose (um

conjunto de sintomas aparentemente neurológicos que compreendiam paralisia, alucinações, perda de controlo motor e que não podiam ser diagnosticados com exames). O tratamento mais eficaz para tal doença incluía, na época, terapia de repouso e hipnose. Foi aí que Freud percebeu que quando os pacientes estavam numa posição mais descontraída (como num divã), conseguia obter mais dos pacientes.

Durante a sua vida inteira, Freud teve sempre uma posição financeira modesta.

Morou em Viena até 1938, quando, após a anexação da Áustria à Alemanha nazista, em razão da sua etnia judaica, refugiou-se em Inglaterra, onde já se encontrava lá parte da sua família.

Um ano depois (1939), Freud morre de cancro no palato aos 83 anos de idade. Supõe-se que tenha morrido de uma dose excessiva de morfina, e segundo rumores, teria sido um caso de eutanásia. (o cancro estaria a causar-lhe tanto sofrimento, que ele teria pedido ao médico que lhe aplicasse uma dose excessiva).

Atualmente, está sepultado no bairro de Golders Green, em Londres, em Inglaterra.

Freud e Martha tiveram seis filhos: Mathilde, nascida em 1887, Jean-Martin, nascido em 1889, Olivier, nascido em 1891, Ernst, nascido em 1892, Sophie, nascida em 1893 e Anna, nascida em 1895. Um deles, Martin Freud, escreveu uma memória intitulada *Freud: Homem e Pai*, na qual descreve o pai como um homem que trabalhava extremamente, por longas horas, mas que adorava ficar com suas crianças durante as férias de verão. Anna Freud, filha de Freud, foi também uma psicanalista destacada, particularmente no campo do tratamento de crianças e do desenvolvimento psicológico. Sigmund Freud foi avô do pintor Lucian Freud e do ator e escritor Clement Freud, e bisavô da jornalista Emma Freud, da desenhista de moda Bella Freud e do relações públicas Matthew Freud.

CONSCIENTE E SUBCONSCIENTE

Segundo Freud, a mente estaria dividida em 3 níveis (de consciência):

- **Consciente:** diz respeito à capacidade de ter percepção dos sentimentos, pensamentos, lembranças e fantasias do momento;
- **Sub-consciente:** relaciona-se com os conteúdos que podem facilmente chegar à consciência;
- **Inconsciente:** refere-se ao material não disponível à consciência ou ao escrutínio do indivíduo.

No entanto, o ponto nuclear da abordagem psicanalítica de Freud é a convicção da existência do inconsciente como:

- a) Um receptáculo de **lembranças traumáticas reprimidas (atos falhados)**;
- b) Um reservatório de impulsos (**pulsões**) que constituem fonte de ansiedade, por serem socialmente ou eticamente inaceitáveis para o indivíduo.

Desta forma, considerava que os conteúdos inconscientes, apenas se encontravam disponíveis para a consciência, de forma disfarçada (através de sonhos e lapsos de linguagem, por exemplo).

METÁFORA DO ICEBERGUE

De acordo com a teoria psicanalítica de Freud, a mente inconsciente é um reservatório de sentimentos, pensamentos, impulsos (PULSÕES), e memórias que estão fora da nossa consciência. Apesar disso, o inconsciente continua a influenciar o nosso comportamento e experiência, mesmo que nós não tenhamos conhecimento dessas influências subjacentes. Assim, Freud acreditava que há níveis de consciência para além do consciente e do inconsciente.

Imaginemos um icebergue:

- A água à volta do icebergue é conhecida como o "não consciente", ou seja tudo o que não faz parte do consciente. São coisas que não experienciámos e das quais não temos consciência.
- A ponta de cima do icebergue é a nossa **consciência**. Uma pequena parte da nossa personalidade. E visto que é a parte de nós próprios com a qual estamos familiarizados, na verdade permite-nos saber muito pouco sobre quem nós somos. O consciente contém pensamentos, percepções e dados cognitivos do nosso quotidiano.
- Diretamente abaixo, no meio do icebergue, está o **sub-consciente**. Quando solicitado conseguimos ter acesso a esta parte, mas exige um pouco de esforço e não é a parte ativa do nosso consciente. Coisas como números de telefone antigos, o nome de um amigo que conhecemos quando éramos novos... está tudo aqui incluído.
- Por fim, o **inconsciente** é então a ponta imersa do icebergue. Enorme e inacessível. Aqui encontra-se tudo o que já foi dito anteriormente: medos, desejos imorais, experiências negativas, necessidades egoístas, etc. Está por isso, normalmente relacionado com conteúdos inaceitáveis ou desagradáveis.

INSTÂNCIAS DA PERSONALIDADE

Para compreender o desenvolvimento da personalidade de uma pessoa, Freud apresenta ainda um modelo estrutural, dividindo-o em 3 elementos: o **id, ego e superego** – que juntos criam comportamentos humanos complexos.

O ID

- O ID é o único componente da personalidade que está presente desde o nascimento.
- Este aspecto da personalidade é totalmente **inconsciente** e inclui os comportamentos instintivos e primitivos.
- **O id segundo Freud** é a fonte de toda a energia psíquica, tornando-se o principal componente da personalidade.

O ID é impulsionado pelo princípio do prazer. Basicamente, o que o ID quer é o que der prazer naquele preciso momento, sem ter em consideração nem as variantes da situação nem as pessoas envolvidas. Se essas necessidades não são satisfeitas imediatamente, o resultado é um estado de ansiedade ou tensão.

Por exemplo, quando um bebé se magoa, quer comer, ou simplesmente quer atenção, o id leva o bebé a chorar até que as suas necessidades sejam satisfeitas. É por isto que o ID é muito importante no início da nossa vida. Porque assegura que as necessidades básicas de uma criança sejam atendidas.

by
Filipa
Escada

O Ego

- De acordo com Freud, o ego desenvolve-se a partir do id, durante os 3 primeiros anos de vida
- As funções do ego agem tanto no consciente, como no pré-consciente e inconsciente (daí que não ocupem nenhuma posição específica no icebergue)

O ego opera com base no *princípio da realidade*, que se esforça para satisfazer os desejos do id de forma realista e socialmente adequadas. O ego apercebe-se de que há outras pessoas à volta que também têm necessidades e desejos e que por isso, o comportamento agressivo ou impulsivo pode ser prejudicial. Pesa, portanto, os custos e benefícios de uma ação antes de decidir agir sobre desistir ou ceder aos impulsos.

Por exemplo, quando uma criança pensa 2 vezes antes de fazer algo inapropriado e percebe que poderá ter um resultado negativo, é o ego a funcionar.

O Superego

- De acordo com Freud, o superego começa a surgir por volta dos cinco anos (último composto da personalidade a desenvolver-se)
- O *superego* é o aspecto da personalidade que mantém todos os nossos princípios morais e ideias adquiridas quer pelos nossos pais quer pela sociedade— é nosso senso de certo e errado.
- O superego fornece diretrizes para fazer julgamentos, medo da punição.
- Há quem considere equivalente à consciência pois ambos os termos se referem à parte da nossa personalidade que ajuíza o que é o certo e o errado

O superego atua para aperfeiçoar e civilizar o nosso comportamento. Ele trabalha para suprimir todos os impulsos inaceitáveis do id e esforça-se para realizar o ato do ego nas normas idealistas em vez de princípios realistas. O superego está presente no consciente, pré-consciente e inconsciente.

A interação entre Id, Ego e Superego

Com tantas forças concorrentes, é fácil ver como podem surgir conflitos entre o *id*, *ego* e *superego*. Freud usou o termo *força do ego* para se referir a capacidade do ego de trabalhar apesar destas forças em conflito. Uma pessoa com boa *força do ego* é capaz de gerir eficazmente essas pressões, enquanto que aquela com a força do ego demasiada ou pouca pode tornar-se inflexível demais ou muito perturbada.

Observações

- “Ao discutir o *id*, *ego*, e *superego*, devemos ter em mente que estes não são três entidades separadas com fronteiras bem definidas, mas sim que eles representam uma variedade de diferentes processos, e funções dinâmicas dentro da mesma pessoa ...
- Segundo Freud, uma pessoa equilibrada e saudável, o ego é mais forte que o id e o superego, uma vez que consegue avaliar a situação satisfazendo ainda assim as necessidades do ID e certificando-se que o super-ego não é posto em causa.

Se houver desequilíbrio, o resultado é uma personalidade mal-adaptada. No caso de um id dominante, a pessoa é mais impulsiva e procura o prazer em vez da moralidade, podendo acabar

por causar danos (por exemplo, um criminoso ou um caso de violação são sinais de ID). No caso de um superego mais forte, a pessoa é orientada por princípios morais muito rígidos (por exemplo, um religioso fanático). No entanto, um ego demasiado avassalador, pode criar um indivíduo demasiado apegado à realidade, tornando-o, por exemplo, incapaz de ser espontâneo.

PULSÕES

Como já devem ter reparado, ao longo do nosso trabalho temos usado muito a palavra "pulsão". Mas o que será isto?

Freud (1916) define pulsão como o representante psíquico dos estímulos que se originam no corpo- dentro do organismo- e alcançam a mente. De forma mais simples é então uma descarga energética interna, derivada de uma acumulação de energia, que direciona o comportamento de um indivíduo. HÁ dois tipos de pulsões: as **básicas** (*eros*, pulsão sexual- para a vida e *tânatos*, pulsão agressiva- de morte). **Base dessas pulsões: princípio de atração e de repulsão.** As pulsões **secundárias** (desejos, sonhos, etc), são vistas como **combinação das outras duas.**

Neste processo de descarga, as três estruturas da mente (id, ego e super-ego), desempenham um papel muito importante, determinando a forma como essa descarga se manifestará. !!!!! (Chamamos desde já a atenção em como todos estes processos são desenvolvidos inconscientemente)!!!!

Ora, sendo assim, o objetivo seria atingir um baixo nível de tensão Interna, o que nem sempre se verifica. Por esse motivo, podemos então concluir que este aspecto é alvo de diversas críticas à teoria de Freud.

Diferencia-se de instinto por ter uma fonte psíquica não específica, que pode conduzir a comportamentos diversos e inesperados, e distingue-se do comportamento gerado em decisões, porque é gerado por forças internas, alheias ao processo decisional (consciente)

RECALCAMENTO

Consiste no envio para o ID de pulsões/ desejos e sentimentos que não se podem admitir no ego, ou seja, conteúdos que tendem a reaparecer de forma disfarçada (em sonhos, atos falhados, etc). É um processo através do qual se elimina da consciência partes inteiras da vida afetiva e relacional profunda.

Exemplo: "esquecer" que detesta o irmão

Para Freud, o recalcamento consiste numa pulsão que é negada pelo nosso cérebro, ou seja, num impulso que sofre uma instabilidade. Tendo em vista que todos os impulsos devem ter uma satisfação positiva, ou seja, sensação de prazer, este caso, teria uma situação de desprazer- o Recalque. Assim, é um processo através do qual se elimina da consciência partes inteiras da vida afetiva e relacional profunda, como se houvesse uma barreira entre o nosso consciente e o inconsciente, não sendo por isso este processo um mecanismo de defesa do nosso organismo, previamente definido.

PSICANÁLISE

Freud é geralmente conhecido, tal como o Domingos dizia, como o "pai da Psicanálise". Mas depois de toda esta clarificação de conceitos, devem estar a perguntar-se: o que é isso mesmo de Psicanálise? Ora, não é nada mais nada menos que um ramo clínico teórico que se ocupa em explicar o funcionamento da mente humana, ajudando a tratar distúrbios mentais e neuroses.

O objeto de estudo da Psicanálise concentra-se na relação entre os desejos inconscientes e os comportamentos e sentimentos vividos pelas pessoas, ou seja, do ponto de vista terapêutico, baseia-se na ideia de conhecer e compreender a origem dos problemas que nos afetam.

Os conflitos e incidentes mais marcantes na nossa evolução psíquica remontam, segundo Freud, à época de infância (sobretudo a 1ª).

Os conflitos característicos da primeira infância podem ser resolvidos, mas na maior parte das vezes não é isso que acontece. Isto significa que são recalcados ou reprimidos (mal resolvidos) e afastados para longe da nossa consciência.

Com efeito, não se manifestando diretamente ao nível consciente, tais conflitos e incidentes traumáticos continuam a afetar o nosso comportamento e a nossa personalidade, sem nos apercebermos. Quer isto dizer, que de forma indireta podem provocar perturbações ou desordens psicológicas e comportamentais.

É esta "falha" que a terapia psicanalítica tenta colmatar. Durante o tratamento psicanalítico, o terapeuta tenta conduzir o paciente à origem, até à inconsciente dos seus males, ou seja, tenta trazer os conflitos à consciência. Para conseguir esse efeito, recorre a diversos procedimentos, diferentes da hipnose, dado que Freud considerava não ser um método muito eficaz pelo facto de nem todas as pessoas conseguirem ser hipnotizadas e dos resultados não serem duradouros.

Assim, a terapia psicanalítica recorre a **4 processos**:

- **Associações livres de ideias** (associação espontânea sem auto-censura de imagens, recordações ou ideias, por mais estranhas que possam parecer).

Aqui, o paciente deveria dizer livremente o que lhe vinha à mente, sem se preocupar com uma expressão lógica ou sentido das suas afirmações: **associações livres**, por mais embaralhadas ou absurdas que possam ser. Freud começou por constatar que bastaria despertar na consciência as recordações recalcadas para permitir libertar as emoções implicitamente presentes nos sintomas.

O psicanalista (terapeuta) iria então ajudar o paciente a descobrir a explicação dos seus sofrimentos. Ou seja, através deste processo o objetivo seria recordar/reviver os acontecimentos traumáticos, (ao qual Freud acreditava terem origem) na infância do sujeito, interpretá-los e compreendê-los, de forma a dar ao ego a possibilidade de controlo sobre as pulsões. Trata-se de reconstituir o acontecimento que se pensa estar na origem da perturbação psíquica.

- **Análise dos atos falhados**

Os atos falhados resultam da interferência de diferentes intenções, que entram em conflito. São os desejos recalcados que dão origem aos atos falhados como esquecer de chaves, carteira, agenda, etc.

Segundo Freud, os atos falhados têm um sentido positivo. Neles, o psicanalista poderá encontrar um bom apoio na exploração do inconsciente, uma vez que nos podem abrir pistas para desejos que causem patologias.

- **Processos de transferência**

Entre o analista e o paciente é necessário estabelecer-se uma determinada relação: a transferência.

Este processo consiste no facto de o paciente experimentar, na relação com o psicanalista, sentimentos de natureza semelhante aos que na infância certas figuras parentais (pai, mãe, irmão,...) lhe despertaram. Sem esta ligação afetiva intensa (transferência), é difícil obter algum resultado terapêutico significativo.

- **Interpretação dos sonhos**

Segundo Freud, os sonhos são "uma realização disfarçada de um desejo recalcado", ou seja uma tentativa por parte do inconsciente de resolver um conflito, seja ele recente ou não. Sendo assim, para Freud, o sonho não é um retrato fiel do que se passa no inconsciente. O que os sonhos nos apresentam são códigos/símbolos que precisam de ser interpretados, neste caso, pelo psicanalista.. Assim, de forma a garantir a veracidade do significado do sonho, tenciona-se através do **conteúdo manifesto (distorcido)** que é então a descrição da história/ enredo que nos lembramos do sonho, chegar e por isso, tornar consciente, o **conteúdo latente (verdadeiro/ censurado)**, que é então o sentido oculto do sonho.

Para ele, tanto não eram os sonhos nenhuma banalidade, como chega a publicar um livro. *"NÃO SE DEVEM ASSEMELHAR OS SONHOS AOS SONS DESREGULADOS QUE SAEEM DE UM INSTRUMENTO MUSICAL ATINGIDO PELO GOLPE DE ALGUMA FORÇA EXTERNA, E NÃO TOCADO PELA MÃO DE UM INSTRUMENTISTA; ELES NÃO SÃO DESTITUÍDOS DE SENTIDO, NÃO SÃO ABSURDOS; NÃO... IMPLICAM QUE UMA PARCELA DE NOSSA RESERVA DE REPRESENTAÇÕES ESTEJA ADORMECIDA ENQUANTO OUTRA COMEÇA A DESPERTAR. PELO CONTRÁRIO, SÃO FENÔMENOS PSÍQUICOS DE INTEIRA VALIDADE – REALIZAÇÕES DE DESEJOS; PODEM SER INSERIDOS NA CADEIA DOS ATOS MENTAIS INTELIGÍVEIS DA VIGÍLIA; SÃO PRODUZIDOS POR UMA ATIVIDADE MENTAL ALTAMENTE COMPLEXA". (FREUD, ED. IMAGO, 2001, P.136).*

No livro *"A interpretação dos sonhos"* , Freud defende precisamente esta tese em como **os sonhos são o "caminho real para o inconsciente"**, chegando a exemplificar com o relato do sonho de uma paciente. No sonho, ela via o seu sobrinho morto, num caixão. A princípio, não podemos dizer nada sobre o significado do sonho, sem as associações da sonhadora.

Deste modo, Freud começa a pedir para que ela associasse, dissesse o que cada elemento do sonho a fazia lembrar e pensar. E logo chegaram ao sentido do sonho: realmente, há pouco tempo, um outro sobrinho seu havia falecido e naquela ocasião uma pessoa por quem ela era apaixonada apareceu no enterro. Com isto, o que o sonho mostrava é que ela desejava ver novamente a pessoa por quem ela era apaixonada e que, por motivos alheios à sua vontade, não conseguira estabelecer um relacionamento amoroso.

Portanto, entre o conteúdo manifesto e o conteúdo latente nós temos as associações:

- **Conteúdo manifesto:** sobrinho morto em um caixão

Associações:

Sobrinho: sobrinho morto (há pouco tempo).

No enterro do sobrinho: presença do homem por quem era apaixonada.

- **Conteúdo latente:** desejo de reencontrar o homem por quem era apaixonada.

Importante: na perspectiva da psicanálise de Freud, portanto, a interpretação é sempre individual. Cada pessoa é que vai associar aos elementos do que sonhou outras representações.

Esta paciente do Freud sonhou com caixão e pode associar a presença de um pretendente. Outra pessoa poderia sonhar com caixão e lembrar do avô, outra pessoa poderia sonhar com caixão e se lembrar do tempo em que trabalhou em uma funerária, quer dizer, a associação de cada elemento de um sonho vai ser sempre de cada um, vai ser sempre uma interpretação individual.

Já dizia Fernando Pessoa: "o que parece não querer dizer nada, sempre quer dizer alguma coisa".

DESENVOLVIMENTO PSICOSSEXUAL

Num outro livro seu, publicado em 1905, chamado "Três Ensaios sobre a Teoria da Sexualidade", Freud apresenta o facto de acreditar que a personalidade de uma pessoa se forma nos primeiros anos de vida, quando as crianças lidam com os conflitos entre os impulsos biológicos inatos, ligados às pulsões e às exigências da sociedade. Considerou que estes conflitos ocorrem numa sequência invariante de fases baseadas na maturação do desenvolvimento psicossexual, no qual a gratificação (comportamento) se desloca de uma zona do corpo para outra – da zona oral para a anal e depois para a zona genital., ou seja da alimentação (zona oral) para a eliminação(zona anal) e, eventualmente, para a actividade sexual (zona genital).

Das cinco fases do desenvolvimento da personalidade, Freud considerou as três primeiras - relativas aos primeiros anos de vida – como sendo cruciais.

Segundo Freud, durante a **fase fálica** (no período pré-escolar) quando a zona de prazer muda para os genitais, ocorre um acontecimento-chave no desenvolvimento psicossexual: os rapazes desenvolvem uma ligação ou vínculo sexual à mãe e as raparigas ao pai e vêem como rival a figura parental do mesmo sexo (denominado de "**Complexo de Édipo**"). O rapaz aprende que a rapariga não tem pénis, assumindo que aquele foi cortado e teme que o seu pai o possa também castrar. A rapariga, por sua vez, experiencia, o que Freud chamou de inveja do pénis e culpa a sua mãe por não lhe ter dado um pénis. Possivelmente, as crianças resolvem a sua angústia identificando-se com a figura parental do mesmo sexo.

Durante o período escolar, **fase da latência**, as crianças acalmam, socializam-se, desenvolvem competências e aprendem acerca de si própria e da sociedade.

A **fase genital**, a última fase subsiste pela vida adulta. As mudanças físicas da puberdade reactivam a libido, a energia que alimenta as pulsões sexuais. As pulsões sexuais da fase fálica, reprimidas durante a latência, voltam a emergir para fluir de uma

forma socialmente aceite, naquilo que Freud definiu como relações heterossexuais com pessoas fora da família de origem.

Em 1900, após o falecimento do pai, apresentou a ideia do SUBCONSCIENTE através do livro "A interpretação dos sonhos", baseada nas suas anotações de análise e interpretação dos seus sonhos, remetendo-os à sua infância e posteriormente, determinando as raízes das suas próprias neuroses. Durante o curso desta autoanálise, Freud chega à conclusão de que seus próprios problemas eram devidos a uma atração por sua mãe e a uma hostilidade em relação a seu pai. É o famoso "complexo de Édipo", que se torna o coração da teoria de Freud sobre a origem da neurose em todos os seus pacientes.

LIBIDO

Libido é um termo usado na teoria psicanalítica para descrever a **energia criada pelos instintos sexuais e de sobrevivência**. De acordo com Sigmund Freud, a libido é parte do id e é a força motriz de todo o comportamento.

A maneira com que a libido é expressado depende do estágio de desenvolvimento em que uma pessoa está.

Em cada fase do desenvolvimento psicossexual de um sujeito, a libido é focada em uma área específica. Quando tratada com sucesso, a criança passa para a próxima fase de desenvolvimento e, eventualmente, cresce e se torna um adulto bem sucedido e saudável.

Em alguns casos, o foco sobre a energia da libido de uma pessoa pode permanecer numa fase inicial de desenvolvimento em que Freud se referida como *fixação*. Quando isso acontece, a energia pode ser muito ligada a este estágio de desenvolvimento e a pessoa ficará “presa” nesta fase até que o conflito seja resolvido.

Por exemplo, o primeiro estágio da teoria do desenvolvimento psicossexual de Freud é o estágio oral. Durante este tempo, a libido de uma criança é centrado na boca para atividades como comer, sugar e beber. Se ocorrer uma fixação oral, a energia libidinal de um adulto continuará focada nesta fase, o que pode resultar em problemas como roer as unhas, beber, fumar e outros hábitos.

Freud também acreditava que cada indivíduo só tinha uma certa quantia dessa energia psíquica. Uma vez que a quantidade de energia disponível é limitada, ele sugeriu que os diferentes processos mentais competem pelo que tem disponível.

Por exemplo, Freud sugeriu que o ato de repressão, ou manter as memórias fora da consciência, requer uma quantidade enorme de energia psíquica. Qualquer processo mental que requer muita energia para se manter tem um efeito sobre a capacidade da mente de funcionar normalmente.

Embora o termo libido tenha assumido um significado abertamente sexual no mundo de hoje, para Freud representa toda a energia psíquica, não apenas a energia sexual.

CONCLUSÃO

Em suma, a teoria de Freud constituiu uma importante contribuição histórica. Fez-nos tomar consciência dos pensamentos e emoções inconscientes, da ambivalência das relações precoces de pais e filhos, e da presença, desde o nascimento, de pulsões sexuais. O seu método psicanalítico influenciou muito a psicoterapia atual, embora a teoria freudiana se inscreva largamente na história e sociedade da época (na cultura europeia da época Vitoriana)

